



**Förderkreis Neonatologie**  
für das frühgeborene und kranke  
neugeborene Kind e.V.

# Kursangebot

für das 2. Halbjahr 2024





## Liebe Eltern,

für das zweite Halbjahr 2024 haben wir wieder ein neues Kurs-Programm für Sie zusammengestellt. Mit diesen Kursen möchten wir Ihnen wertvolle Tipps für den Alltag mit Ihrem Baby geben.

### **Bitte beachten Sie folgende organisatorische Hinweise:**

- **Für die Rückbildungsgymnastik** melden Sie sich bitte bei Frau Tegel an: [s.tegel@klinikum-stuttgart.de](mailto:s.tegel@klinikum-stuttgart.de), oder Tel: 07 11 27873230.
- **Für den Babymassage-Kurs mit Elterntreff** bitten wir um eine Anmeldung unter: [mailto@neonatologie-foerderkreis.de](mailto:mailto@neonatologie-foerderkreis.de). Der Kurs beginnt bei ausreichender Teilnehmerzahl.
- **Für die Erste-Hilfe-Kurse im ersten Lebensjahr** melden Sie sich bitte bei Frau Rother an: Tel: 07 11 27874674, oder [si.rother@klinikum-stuttgart.de](mailto:si.rother@klinikum-stuttgart.de). Es handelt sich um ein Angebot des Klinikums Stuttgart. Pro Kurs sind jeweils 2 Plätze für den Förderkreis Neonatologie reserviert.
- **Für alle übrigen Kurse bitten wir um eine Anmeldung** auf der jeweils ausgehängten Liste an der Tür des Elternzimmers zwischen MB31 und MB32; dort ist auch der Treffpunkt, die Referenten holen Sie ab. Die Kurse dauern je nach Teilnehmerzahl zwischen 60 und 90 Minuten. Alle Kurse sind kostenlos. Sollte ein Kurs ausfallen und der nächste Kurs findet erst nach voraussichtlicher Entlassung Ihres Kindes statt, melden Sie sich gern unter: [mailto@neonatologie-foerderkreis.de](mailto:mailto@neonatologie-foerderkreis.de), um eine geeignete Lösung für Sie zu finden.

Da sich der Förderkreis über Spenden und Mitgliedsbeiträge finanziert, freuen wir uns, wenn Sie Mitglied werden (Jahresbeitrag mind. 20 €) oder den Verein mit einer Spende unterstützen. Der Verein ist als gemeinnützig anerkannt. Weitere Infos finden Sie unter [www.neonatologie-foerderkreis.de](http://www.neonatologie-foerderkreis.de)

Es grüßt Sie herzlich der Vorstand des Förderkreises Neonatologie!  
Julia Höllerl | Daniela Koch | Gunilla Gröger | Sandra Veit

# Kursbeschreibungen



**Handling:** Wir üben den entwicklungsfördernden Umgang mit dem Säugling bei alltäglichen Tätigkeiten, schauen uns Tragehilfen und altersgerechtes Spielzeug an.



**Ernährung:** Mit Känguruhen, Muttermilch und Stillen können Sie Ihr Kind in seiner Entwicklung unterstützen. Wie bekomme ich das alles stressarm hin? Welche guten Alternativen gibt es? Wie kann ich Allergien verhindern? Und gebe ich später Brei oder Fingerfood als Beikost?



**Tragetuch:** Nähe und Wärme sind für frühgeborene und kranke Kinder besonders wichtig. Das Tragetuch bietet die Möglichkeit, das Kind direkt am Körper zu tragen, wo es den Herzschlag des Erwachsenen fühlen kann. Wir zeigen Ihnen die geeigneten Bindetechniken.



**Babymassage:** Massage ist liebevolle, zärtliche und intuitive Berührung, bei der sich der Säugling entspannen kann. Sie lernen die wichtigsten Handgriffe kennen und üben sie i.d.R. an Puppen.



**Mein Kind kommt nach Hause:** Was tut Kindern und Eltern in den ersten Tagen und Wochen zuhause besonders gut? Wer kann helfen, wenn Unsicherheiten aufkommen?



**Baden und Pflegen:** Wie oft sollte man einen Säugling waschen und baden? Welche Pflegemittel sind zu empfehlen? Was ist bei der Pflege des Nabels, der Augen, der Nase, der Ohren und der Nägel zu beachten?



**Babymassage-Kurs mit Elterntreff für ehemalige Frühgeborene und Neugeborene:** Kinder brauchen Liebe, Respekt, Zärtlichkeit, Zeit und ein zuhörendes Herz. Stärken Sie die Beziehung zu Ihrem Kind und schenken Sie ihm Geborgenheit – mit Berührungen, die entspannen und Bindung schaffen. Anschließend tauschen wir uns über ein Thema aus, das Ihnen gerade wichtig ist: z. B. Weinen, Schlafen, Stillen, Beikost.



**Erste-Hilfe-Kurse im ersten Lebensjahr:** Im ersten Lebensjahr kann es zu Gefahren und Notfallsituationen kommen (z. B. Vergiftung, Fieberkrampf, Atemstillstand), in denen Sofortmaßnahmen Schlimmeres verhindern und Leben retten können. In dem Kompaktkurs lernen Sie die häufigsten Situationen kennen und üben an Puppen, im konkreten Fall richtig zu handeln.



**Rückbildungsgymnastik:** Durch ein differenziertes Training wird die Rückbildung von Bauchdecke und Gebärmutter sowie die Stärkung von Bauch- und Rückenmuskulatur gefördert. Besonderes Gewicht wird dabei auf die Wahrnehmung und Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur gelegt. Der Kurs richtet sich an Mütter, die vor ca. 6–8 Wochen entbunden haben.





# Weitere Infos zu den Kursen und zum Förderkreis



## Handling

Kursbeginn: 16:00 Uhr (Sandra Walz)



## Ernährung

Kursbeginn: 15:30 Uhr (Sabrina Bittmann)



## Tragetuch

Kursbeginn: 15:45 (Melanie Ekert)



## Mein Kind kommt nach Hause

Kursbeginn: 15:30 Uhr (Claudia Grupp)



## Baden und Pflegen

Kursbeginn: 15:30 Uhr (Olga Falkowski)



## Babymassage

Kursbeginn: 15:45 Uhr (Lea Jährling)



## Babymassage-Kurs mit Elterntreff für ehemalige Frühgeborene und Neugeborene

Kursbeginn: der Kurs wird ganzjährig angeboten und beginnt bei ausreichender Teilnehmerzahl, 5 x montags um 15:30 Uhr (Annette Haberbosch)



## Erste-Hilfe-Kurse im ersten Lebensjahr

Kursbeginn: Samstagstermine um 10:00 Uhr und 14:00 Uhr (in Präsenz),  
Mittwochstermin um 19:00 Uhr (Online) (Kinderärzte der Neonatologie Olgahospital)



## Rückbildungsgymnastik

Kursbeginn: 12:45 Uhr (Simone Tegel)

Nähere Informationen zu den Kursen und Kursinhalten finden Sie auf unserer  
Homepage unter <https://neonatologie-foerderkreis.de/elternkurse/>



[www.neonatologie-foerderkreis.de](http://www.neonatologie-foerderkreis.de)



neonatologie\_foerderkreis